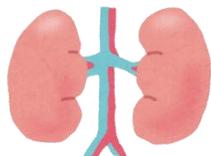


# 慢性腎臓病 その2



## 糖尿病性腎症について

慢性腎不全の中でも糖尿病性腎症の方が増えています。糖尿病性腎症が原因で透析を受けることになった人が全透析患者のうち43.7%（2015年12月）と最も多い割合を占めています。

糖尿病性腎症は糖尿病の合併症です。糖尿病性腎症の場合、尿が急に出なくなるのではなく段階を経て病気が進行していきます。したがって早期に発見して適切な治療をする必要があります。

【原因】糖尿病で血糖値の高い状態が長期間続くことで全身の動脈硬化が進行し始めます。毛細血管の塊である腎臓の糸球体の血管も破壊されるため、老廃物を濾過し処理することが出来なくなるためと言われています。

症状並びに進行段階について・・・以下のように分類されます。

## 糖尿病性腎症の分類

糖尿病性腎症はその症状や治療によっていくつかに分類されています

病期	検査でわかること		有効な治療法
	尿タンパク（アルブミン）	腎機能	
第1期 （腎症前期）	正常	正常	血糖コントロール
第2期 （早期腎症）	微量アルブミン尿	正常	厳格な血糖コントロール 血圧コントロール
第3期A （顕性腎症前期）	持続性タンパク尿	ほぼ正常	厳格な血糖コントロール 血圧コントロール、タンパク制限
第3期B （顕性腎症後期）	持続性タンパク尿	低下	血圧コントロール 低タンパク食
第4期 （腎不全期）	持続性タンパク尿	著名低下	血圧コントロール 低タンパク食、透析導入

糖尿病性腎症の第1期、第2期では自覚症状がほとんどありません。このため尿検査をしないと判断できません。

第2期（早期腎症期）では、ごく微量のタンパク質（微量アルブミン）が漏れ出てきますが適切な治療によってタンパク質が漏れ出ない状態に戻すことができます。

第2期からもう少し進行すると多量のタンパク質が尿に出てくるようになるのですが、ここまで進行してしまうと、血圧上昇なども合併して腎臓の血管の損傷が進行してしまい治療困難になってしまいます。

第3期ではむくみ、息苦しさ、食欲不振などの症状が現れ、第4期には透析治療の準備が必要になってきます。



【治療】表の第1期と第2期は厳格な血糖コントロールを行います。カロリー制限食に加えて運動療法、状況に応じて糖尿病薬の内服、インスリン注射も行われます。

第3期以降は上記の血糖コントロールに加えて降圧治療や厳密な低タンパク食が必要になってきます。



繰り返しますが糖尿病性腎症は進行してしまうと治療困難になります。なるべく早い段階で受診して治療を受けることが重要です。



第11回★  
北診健康まつり

11月12日(日)  
開催決定!



北診だより

二〇一七年八月号



2017年8月1日  
東京都北区  
東十条2-8-5  
生協北診療所  
TEL  
03(3913)5271  
「北診だより」  
作成委員会発行

発行責任者  
関根 覚



http://hokuto-kita-clinic.jp/

# 熱中症予防のために



## こまめに水分を補給してください

室内でも、外出時でも、のどの渇きを感じなくても、こまめに水分・塩分・経口補水液などを補給しましょう。

## 暑さを避けてください

出来るだけ風通しのよい日陰など、涼しい場所で過ごしましょう。

以下の症状にお気を付けください。

### <熱中症の症状>

めまい、立ちくらみ、手足のしびれ、筋肉のこむら返り、気分が悪い、頭痛、吐き気、嘔吐、倦怠感、虚脱感、いつもと様子が違う

《重症になると》返事がおかしい、意識消失、けいれん、からだが熱い

### 【熱中症が疑われる人を見かけたら】

- ◆涼しい場所へ移動
- ◆からだを冷やす
- ◆水分補給



【自力で水が飲めない、意識がない場合は、すぐに救急車を！】

「熱中症」は、高温多湿な環境に長くいることで、徐々に体内の水分や塩分のバランスが崩れ、体温調節機能がうまく働かなくなり、体内に熱がこもった状態を指します。屋外だけでなく室内で何もしていないときでも発症し、救急搬送されたり、場合によっては死亡することもあります。

参照：厚生労働省 熱中症予防のために（リーレット）より



## 生協北診療所 七つの特色

★禁煙外来をやっています

☆HbA1cの結果が即日わかります（昼間のみ）

★夜間外来（内科）をやっています

☆ロコモ体操教室をやっています

★往診をやっています

☆送迎をやっています

★CT 検査をやっています



# 総代会に参加して

長いこと医療生協の組合員ですが総代会は初めての参加でした。  
昨年神谷堀支部の支部運営委員になってから生協活動に参加しています。

総代会での皆さんの様々な活動報告には「うん、なるほど」と思う事がありました。北病院時代からの思いも伝わってきました。  
専務からの報告で厳しい経営状況ではありますが若い職員の皆さんと一緒に頑張っていきたいと思いました。

現在、月1回のお食事会で生協の組合員さんと繋がってきています。

町で会っても挨拶が出来るようになり繋がりの大切さを実感しています。

さらに工夫して生協活動の内容を広げて行きたいと思いました。



神谷堀支部 石渡育子



## お盆期間の休診のお知らせ

8月11日(金)・12日(土)・13日(日)・14日(月)・15日(火)

は休診とさせていただきます。

ご迷惑をおかけいたしますが、ご了承下さい。



# 2017年度北区特定健康診査

●北区国民健康保険に加入している方へ

北区特定健診が8月31日(木)まで行われています。40歳~74歳まで(昭和17年9月7日から昭和53年3月31日に生まれた方)の方が対象です。

75歳以上の方の後期高齢者健康診査は9月7日(木)から10月31日(火)まで行われます。

日頃、診療所にかかれていない方もこの機会に健診を受けましょう。